

## ***PROGETTO PILOTA indirizzato alle Scuole Medie Superiori ed Inferiori***

Il gruppo Body-Image, nella persona del Dott. Emanuel Mian propone un progetto pilota per la prevenzione dei Disturbi Della Condotta Alimentare nelle Scuole Medie Superiori di Trieste.

Emanuel Mian ricercatore di livello internazionale, psicologo, autore del libro “Specchi. Viaggio all’interno dell’Immagine Corporea”, ideatore di uno strumento tecnologicamente avanzato utilizzato per la diagnosi precoce dei Disturbi Alimentari, vincitore di numerosi premi per l’innovazione e sovente ospite, in qualità di esperto, di emittenti televisive, ritiene sia indispensabile dare il via ad un’opera preventiva, che senza creare allarmismo, offra ai giovani l’opportunità di capire cos’è un Disturbo Della Condotta Alimentare e come sia possibile evitarlo.

### **PROGETTO “BODY-IMAGE 2006-2007”**

***STUDENTI, GENITORI E DOCENTI, PROTAGONISTI DI UNA CAMPAGNA DI PREVENZIONE, FONDAMENTALE PER OSTACOLARE LA NASCITA DI NUOVI CASI PATOLOGICI NEI DISTURBI DELLA CONDOTTA ALIMENTARE.***

Il progetto “Body-Image 2006-2007”, per mezzo di un confronto diretto con un esperto in materia, è orientato ad approfondire le conoscenze in merito ai Disturbi della Condotta Alimentare, e a favorire, attraverso un insegnamento mirato alla costruzione dell’autostima, il raggiungimento di un grado di percezione corporea sufficientemente soddisfacente.

Fine Sociale del progetto “Body-Image 2006-2007”, è di correggere eventuali atteggiamenti discriminanti riservati ad individui affetti da un Disturbo Della Condotta Alimentare.

## **Premessa**

L'articolazione del progetto "Body-Image 2006-2007" si basa sulle seguenti considerazioni:

a) La prevenzione è di primaria importanza al fine di evitare comportamenti che possono indurre ad una scorretta alimentazione ed essere esordio di patologie che minano il fisico, sfociano in Depressione grave, e nella peggiore delle ipotesi conducono alla morte.

b) La prevenzione raggiunge il suo scopo solo se esiste la possibilità di un avvicinamento precoce alle tematiche inerenti ai Disturbi Della Condotta Alimentare.

c) A monte di ogni Disturbo Della Condotta Alimentare vi è una non accettazione della propria Immagine Corporea, ovvero, un'incapacità di identificarsi e sentirsi in sintonia con il proprio corpo: conoscenza, cura e rispetto verso sé stessi, sono elementi essenziali al fine della prevenzione.

d) La prevenzione è efficace, se e soltanto se, eseguita da un operatore qualificato. Per contro, se approssimativa, può confondere, e in un soggetto debole, persino aumentare la predisposizione verso un Disturbo Della Condotta Alimentare.

e) Un'opera di prevenzione efficace si basa su un'informazione corretta ed adeguata all'interlocutore: diretta e semplice con gli studenti, così che non vivano l'intervento come qualcosa d'imposto, approfondita con i genitori, dettagliata con gli insegnanti.

f) L'adolescenza comporta una serie di cambiamenti fisici che determinano profonde implicazioni psicologiche: la "nuova" identità corporea, l'autostima spesso vacillante, il confronto quasi mai vincente tra coetanei e con i modelli di riferimento proposti dai

mass media, possono generare condotte, che per desiderio di omologazione, ribellione, o semplicemente voglia di essere capiti, si trasformano in atteggiamenti rischiosi, che in assenza di un'adeguata prevenzione, il più delle volte divengono patologici.

### ***Obiettivo prevenzione e ricerca***

Al fine della prevenzione, il progetto “Body-Image 2006-2007”, si propone il raggiungimento dei seguenti obiettivi:

a) Vs gli studenti:

- Evidenziare rischi e conseguenze di un comportamento alimentare scorretto.
- Rafforzare l'autostima attraverso l'accettazione della propria Immagine Corporea.
- Educare ad assumere e mantenere uno stile di vita comprensivo di dieta bilanciata ed attività fisica adeguata.
- Informare su alcune pratiche di modificazione corporea (tatuaggi, piercings, branding-scarificazioni) in uso presso i giovani, e talvolta abusate ai fini di ricercare un'identità all'interno del gruppo d'appartenenza.

b) Vs i genitori:

- Offrire elementi sufficienti per distinguere e prevenire un normale periodo di “crisi adolescenziale”, da un effettivo comportamento patologico.

c) Vs i docenti:

- Fornire strumenti adeguati per riconoscere e aiutare uno studente con probabili o già conclamati Disturbi Della Condotta Alimentare.

d) Vs studenti, genitori e docenti:

- favorire un atteggiamento meno discriminante e di maggior apertura nei confronti di questo tipo di malati.

Al fine della ricerca, il progetto “Body-Image 2006-2007”, attraverso test cartacei anonimi, nei quali siano però evidenziati età e sesso di appartenenza, si propone il raggiungimento dei seguenti obiettivi:

a) Vs studenti:

- Rilevare in percentuale il numero di soggetti a rischio di incorrere in un Disturbo Della Condotta Alimentare.
- Rivelare in percentuale il numero di eventuali soggetti già patologici.

b) Vs genitori:

- Valutare in percentuale il numero di soggetti capaci di relazionarsi al proprio figlio qualora sia affetto da un Disturbo Della Condotta Alimentare o ne presenti alcune caratteristiche.

c ) Vs insegnanti:

- Valutare in percentuale il numero di soggetti capaci di relazionarsi allo studente qualora sia affetto da un Disturbo Della Condotta Alimentare o ne presenti alcune caratteristiche.

d) Vs studenti, genitori e docenti:

- Valutare il grado d'interesse e conoscenza relativo ai Disturbi Della Condotta Alimentare prima e dopo l'intervento dell'esperto.

### ***Target***

a) Studenti adolescenti frequentanti il 1°, 2°, 3°, 4° e 5° anno di Scuola Secondaria Superiore. Fascia d'età 14 - 18 anni.

b) Famiglie. Fascia d'età 35-65 anni.

c) Insegnanti. Fascia d'età 30 -65 anni.

## ***Contesto***

La scuola Media Superiore, luogo Istituzionale che contribuisce alla formazione e alla crescita dell'individuo, risulta essere il contesto più appropriato per il raggiungimento di tutti gli obiettivi, che il progetto "Body-Image 2006-2007" si propone.

## ***Peculiarità del progetto***

La caratteristica distintiva del progetto sta nel fatto che studenti, genitori e professori, guidati dall'esperienza di un esperto, che di solito è possibile contattare solo in un contesto privato, possono esprimere dubbi, porre quesiti e confrontarsi con tematiche ostiche e ad alto impatto emotivo, in un ambiente a loro maggiormente "familiare". E' evidente, che in un gruppo numeroso diventa più facile aprirsi, vincere la timidezza e abbattere quelle barriere, che a volte ostacolano una prima richiesta di aiuto.

## ***Finalità del progetto***

- a) Produrre eventi sulla prevenzione dei Disturbi Della Condotta Alimentare che possano diffondere i contenuti ed il senso dell'intera iniziativa, sia a livello locale, che nazionale.
- b) Produrre informazioni utili al Ministero della Salute per l'organizzazione di campagne mirate alla prevenzione.

c) Sensibilizzare l'opinione pubblica e focalizzare l'attenzione su argomenti trattati troppo spesso in maniera superficiale ed inadeguata.

d) Far sperimentare ad un campione di giovani l'importanza di essere parte integrante della Società in un contesto che ambisce non solo al benessere individuale, ma anche familiare e sociale.

### ***Tempi di realizzazione***

Il tempo previsto per l'intera attuazione del progetto "Body Image 2006-2007" ricopre l'intero anno scolastico. Sono previsti in ogni Scuola Media Superiore una serie di dieci interventi della durata media di un'ora ciascuno, da proporre due giorni alla settimana, prima agli studenti e poi a genitori ed insegnanti.

### ***Ordine cronologico e descrizione degli interventi***

Gli interventi descritti nei punti 2, 3, 4, 6, 7 e 8 saranno supportati da video proiezioni di filmati ed immagini esemplificative, utili a studenti, genitori ed insegnanti al fine di avere un quadro più realistico delle tematiche trattate (verrà utilizzato anche il CD multimediale, che di solito viene affiancato al libro "Specchi. Viaggio all'interno dell'immagine corporea", con dimostrazione del funzionamento dello Strumento Diagnostico REVEALER).

1) Distribuzione di test cartacei al fine di constatare il livello di interesse e conoscenza nei confronti dei Disturbi Della Condotta Alimentare tra studenti, genitori ed insegnanti, prima del intervento dell'esperto.

2) Immagine Corporea. ***Cos'è? Che ruolo riveste nella vita di un individuo? Cosa succede quando un soggetto evidenzia un'errata o distorta percezione di***

*sé? Esiste correlazione fra Immagine Corporea e Disturbo Alimentare? Come si raggiunge un' Immagine Corporea soddisfacente?*

3) Anoressia e Bulimia Nervosa: *Come si identificano? In cosa si differenziano? E' possibile prevenirle e combattere? Quali sono le conseguenze fisiche e psicologiche che seguono un periodo di malattia?*

4) Obesità. *Cos'è? E' possibile prevenirla e combattere? Quali rischi comporta un'Obesità di 1° o 2° grado? Che cos' è un intervento di chirurgia bariatrica?*

5) Binge Eating Disorders , Disturbi Alimentari Non Specificati e Atipici. *Cosa sono? Come si identificano? In cosa si differenziano? E' possibile prevenirli e combattere? Quali conseguenze fisiche e psicologiche comportano?*

6) Depressione e comportamenti autolesionistici conseguenti ad una Patologia Della Condotta Alimentare. *Cos'è la Depressione e come si combatte? Cos'è l'Ansia e come si combatte? Cos'è un Attacco di Panico e come lo si affronta? Cos'è l'autolesionismo? Come nasce e quali sono i fattori di rischio conseguenti ad esso?*

7) Autostima. *Cos'è? Cosa succede quando è carente? E' possibile accrescerla o migliorarla? Che ruolo riveste nella vita di ogni singolo individuo?*

8) L'importanza di una dieta equilibrata associata ad una corretta attività fisica. *Come, quando e quanto si deve mangiare? A cosa serve e come va affrontato lo sport?*

9) Quesiti vs l'esperto, da parte di studenti, genitori e docenti in merito a tutti gli argomenti trattati.



10) Distribuzione di test cartacei al fine di constatare il livello di interesse e conoscenza nei confronti dei Disturbi Della Condotta Alimentare tra studenti, genitori ed insegnanti, dopo l'intervento dell'esperto.

*Lo studio conseguente al progetto “Body-Image 2006-2007” e il materiale da esso prodotto, verrà messo a disposizione del Ministero della Salute e potrà essere oggetto di eventi formativi per il personale sanitario e scolastico.*

Tutti i diritti riservati-Ogni riproduzione anche parziale proibita-dott. Emanuel Milan 2006

***Breve stralcio di una relazione “tipo”, da presentare a Convegni, Seminari, Work-Shop, Simposi e Conferenze, atta a spiegare il perché dell’esigenza d’inventare uno Strumento Diagnostico come il REVEALER.***

***Titolo: “DIAGNOSI MEDIANTE L’IMMAGINE CORPOREA, IN PAZIENTI AFFETTI DA DISTURBO ALIMENTARE: il testing di un nuovo strumento digitale”.***

*“...per i ricercatori impegnati nel campo dei Disturbi Alimentari, i Disturbi Dell’Immagine Corporea, sono tuttora una sfida.*

*Una forte preoccupazione verso il proprio corpo, ed una paura generalizzata di aumentare di peso, sono riconosciute come un fattore causale e di mantenimento di un Disturbo Del Comportamento Alimentare.*

*Per troppo tempo la ricerca sulla percezione corporea si è focalizzata sull’accuratezza della propria stima corporea in maniera inadeguata e semplicista. Si è sentito quindi il bisogno di un nuovo e valido strumento per l’accertamento delle Distorsioni Dell’Immagine Corporea.*

*Il nostro studio ha investigato sullo sviluppo di uno strumento, che combina una complessa tecnica di simulazione dell’immagine, ad una semplicità di somministrazione sorprendente: nello studio pilota, 67 donne con un Disturbo Alimentare e 40 non patologiche (gruppo di controllo), provenienti dalla clinica Villa Garda e dal Centro st.Jozef, hanno stimato la loro immagine attuale, desiderata e supposta da altri, usando questa nuova tecnica simulativa.*

*I primi risultati hanno rilevato differenze statisticamente significative tra il gruppo dei soggetti con Disturbo Alimentare ed il gruppo di controllo, facendo presupporre che questa nuova metodica è capace di valutare più approfonditamente il Disturbo Dell’Immagine Corporea...”.*